

## Su historial médico familiar.

Desde el punto de vista genético, cada familia y cada grupo étnico es distinto, y es necesario que consulte a su proveedor de servicios médicos para revisar su historial médico familiar a fin de investigar si hay afecciones preexistentes o factores de riesgo que pudieran afectar su vida.

## Reduzca el riesgo de tener problemas de salud serios.

En su historial médico familiar se halla información clave sobre el pasado y el futuro con respecto a su salud. Muchos de sus rasgos físicos (como estatura y el color de los ojos y el cabello) son hereditarios. De igual manera lo es el riesgo de contraer ciertas afecciones genéticas y problemas de salud, tales como las afecciones cardíacas, la diabetes y ciertos tipos de cáncer. Al recabar información sobre su historial médico familiar se puede averiguar qué problemas de salud tiene el riesgo de afrontar en el futuro y la manera de reducir el riesgo de padecerlos.

## Elabore un plan para cuidar su salud.

Si bien no hay manera de cambiar los genes, sí es posible modificar ciertos hábitos que afectan la salud como el fumar, la vida sedentaria y los malos hábitos alimenticios. También puede someterse a chequeos médicos, tales como la mamografía y la revisión del cáncer colorrectal, para detectar las enfermedades a tiempo y antes de que avancen.

**En las siguientes hojas, tenga a bien hacer un esquema de su historial médico familiar y luego hable con su proveedor de servicios médicos para que le ayude a elaborar un plan personalizado que proteja su salud.**

## Felicitaciones...

Ahora se encuentra en la ruta para conocer mejor su salud. Póngase en contacto con su proveedor de servicios médicos para hablar sobre su historial médico familiar y elaborar un plan personalizado que proteja su salud.

Para obtener información más detallada, visite la página [www.ct.gov/dph](http://www.ct.gov/dph) y escriba “family health history” en el cuadro de búsqueda del DPH. O bien llame a la Oficina de Equidad en Salud (860) 509-7140.



Connecticut Department of Public Health - Genomics Office (DPH GO)  
Jewel Mullen, MD, MPH, MPA, *Commissioner* • [www.ct.gov/dph](http://www.ct.gov/dph)

This publication was supported by Cooperative Agreement number DP005355-01, funded by the Centers for Disease Control and Prevention.

Produced by Concerned Citizens for Humanity, Ltd. (CCH)  
Photography: John Muldoon Design: CCH © 2015 CCH

FHHPG\_ES 01/15

CCH

el conocer el pasado puede influir en su futuro

# ¡Todos tenemos un historial familiar de algo!

La Dirección General de Salud Pública de EE. UU. ofrece una herramienta que le sirve para trazar su historial médico familiar. En la siguiente hoja podrá organizar su árbol genealógico y determinar cuáles son las enfermedades más comunes que han caracterizado a su familia. Con esta información, llene la versión por Internet en el sitio [www.hhs.gov/familyhistory](http://www.hhs.gov/familyhistory).

**Abuela** **Abuelo**

M F Tías | Tíos M F Madre Padre M F Tías | Tíos M F

M F Hermanos | Hermanas **Usted** M F Cónyuge | Pareja

M F Sus hijos

**Tipo de información que incluir:**

- Afecciones médicas de mayor seriedad y causas de muerte (donde se aplique)
- Edad de la persona al momento del brote de la enfermedad
- Edad de la persona al morir, si murió de la enfermedad
- Origen étnico

Nombre: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_